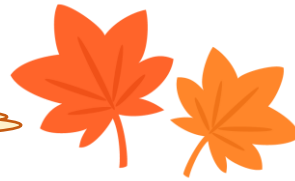




アクアだより

第119号



ようやく涼しくなってきましたね。日増しに秋の深まりを感じる季節となりましたが皆さま、いかがおすごしですか？『天高く馬肥ゆる秋』とありますが、近ごろは本当に気持ちの良い気候の日が多くなりましたね。秋の空は空気が澄んでいて空が非常に高く感じられます。気持ちの良いこの季節、アクアにお越しいただき、よく食べ、よく運動し、健康的な一日と一緒に過ごしましょう!!

寿 * 敬老会 *

平成最後のアクア敬老会はスタッフが男女に分かれて歌謡ショーを行いました。元気の出る曲や懐かしい曲に皆様に楽しんで頂けました。



アクア最高齢の方に
感謝状をお贈りさせて
いただきました!



今月は薬剤師・丸山桜さんより
骨粗鬆症のお話を掲載いたします。

骨折や寝たきりの原因となりやすい**骨粗鬆症の検査**についてお話します。

骨粗鬆症の検査には以下の方法があります。

- ① 腰椎・大腿骨近位部で測定する **DEXA 法**
(骨折しやすい部位)
- ② 第2中手骨で測定する **MD 法**
- ③ 超音波を用いて踵骨(かかとの骨)の骨量を測定する **定量的超音波法**

- ① は世界で最も注目されている精密かつ信頼度の高い検査です。
- ② ③は公共機関等で簡易に測定できますが正確でない為注意が必要です。

当院では①の DEXA 法で骨密度検査を実施しています。骨折のリスクを防ぐため常日頃、自分の骨密度を知っておくことが大切です。

次回は骨粗鬆症のお薬のお話です。

10月イベント告知!

カラオケ大会を予定しております!おたのしみに!!

デイケアに興味・質問ある方はお気軽にご連絡ください。お待ちしております。
丸山整形外科デイケア・アクア 電話 073-423-7700 担当:前田